

## 조스 쌍봉술 5 형. Cho's Ssangbongsul 5 Hyung Cho's Double stick Fighting Art Pattern No.5



차렷

F 방향으로 모아서기하며 두손에 각각 잡은 봉을 몸통 양쪽 맞으로 내린다.

### Charyot

Start in the feet together stance facing the F direction. The both hand hold the sticks on the both side of body.



1

- I) 왼발 L 방향으로 한걸음 나가 왼앞굽이.
- II) L 방향으로 왼봉 얼굴앞찌르기

- I) Move the left foot one step left in the L direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Left stick forward thrust to the face to the L direction.



2

- I) 오른발 L 방향으로 한걸음 나가 오른앞굽이.
- II) L 방향으로 오른봉 몸통앞찌르기.

- I) Move the right foot one step forward to the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Right stick forward thrust to the body to the L direction.



3

- I) 시계방향으로 왼발 L 방향으로 앞으로돌기하며 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 오른엇걸어봉 L 방향으로 얼굴옆치기.

- I) Move the left foot clockwise into a forward turn in the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise right crossed hands stick side strike to the face to the L direction.



4

- I) 시계반대방향으로 오른발 R 방향으로 뒤로몸돌리기하며 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 왼엇걸어봉 R 방향으로 얼굴옆치기.

- I) Move the right foot anti clockwise into a backward facing turn in the R direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise left crossed hands stick side strike to the face to the R direction.



5

- I) 오른발 앞으로 한걸음 R 방향으로 나가 오른앞굽이.
- II) R 방향으로 오른엇걸어봉얼굴 내려치기.

- I) Move the right foot one step forward to the R direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Right crossed hands stick downward strike to the face to the R direction.



6

- I) 시계방향으로 오른발 뒤로 돌아 L 방향으로 한걸음 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 오른엇걸어봉 L 방향으로 다리옆치기.

- I) Move the right foot one step back clockwise in the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise right crossed hands stick side strike to the leg to the L direction.



7

- I) 왼발 앞으로 L 방향으로 한걸음 나가 왼앞굽이.
- II) 왼엇걸어봉 L 방향으로 얼굴내려치기.

- I) Move the left foot one step forward to the L direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Left crossed hands stick downward strike to the face to the L direction.



8

- I) 시계반대방향으로 왼발 뒤로돌아 한걸음 R 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 왼엇걸어봉 R 방향으로 얼굴옆치기.

- I) Move the left foot one step back anti clockwise in the R direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise left crossed hands stick side strike to the face to the R direction.



9

- I) 오른발 앞으로 R 방향으로 한걸음 나가 오른앞굽이.
- II) 오른엇걸어봉 R 방향으로 얼굴내려치기.

- I) Move the right foot one step forward to the R direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Right crossed hands stick downward strike to the face to the R direction.



10

- I) 시계방향으로 오른발 뒤로돌아 L 방향으로 한걸음 나가 B 방향으로 주춤서기.
- II) L 방향으로 오른봉몸통옆찌르기.

- I) Move the right foot one step back clockwise to the L direction, resulting in a horseback stance to the B direction.
- II) Right stick side thrust to the body to the L direction.



11

- I) 두발제자리에서 시계반대방향으로돌아 R 향으로 왼앞굽이.
- II) 왼봉 R 방향으로 얼굴앞찌르기.

- I) Turn both feet anti clockwise to the R direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Left stick forward thrust to the face to the R direction.



12

- I) 시계방향으로 왼발 오른쪽으로 돌기하며 B 방향으로 나가 오른 앞굽이.
- II) 시계방향으로 오른봉 B 방향으로 450° 얼굴돌려치기.

- I) Move the left foot clockwise into a right turn in the B direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise right stick 450° spinning strike to the face to the B direction.



13

- I) 시계반대방향으로 오른발 뒤로 몸돌리기하며 F 방향으로 나가 왼 앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 왼봉 F 방향으로 900° 다리돌려치기.

- I) Move the right foot anti clockwise into a backward facing turn in the F direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise left stick 900° spinning strike to the leg in the F direction.



14

- I) 왼발 뒤로 B 방향으로 물러나며 F 방향으로 주춤서기.
- II) F 방향으로 얼굴막기.

- I) Move the left foot one step back to the B direction, resulting in a horseback stance in the F direction.
- II) Face block in the F direction.



15

- I) 시계방향으로 오른발 B 방향으로 한발 옮겨 R 방향으로 오른 앞굽이.
- II) R 방향으로 오른봉 얼굴앞찌르기.

- I) Turn the right foot clockwise in the R direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Right stick forward thrust to the face to the R direction.



16

- I) 왼발 R 방향으로 한걸음 나가 왼 앞굽이.
- II) R 방향으로 왼봉 몸통앞찌르기.

- I) Move the left foot one step forward to the R direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Left stick forward thrust to the body to the R direction.



17

- I) 시계 반대 방향으로 오른발 L 방향으로 앞으로돌기하며 나가 왼 앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 왼엇걸어봉 R 방향으로 얼굴옆치기.

- I) Move the right foot anti clockwise into a forward turn in the R direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise left crossed hands stick side strike to the face to the R direction.



18

- I) 시계방향으로 왼발 L 방향으로 뒤로몸돌리기하며 나가 오른 앞굽이.
- II) 시계방향으로 오른엇걸어봉 L 방향으로 얼굴옆치기.

- I) Move the left foot clockwise into a backward facing turn to the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise right crossed hands stick side strike to the face in the L direction.



19

- I) 왼발 앞으로 한걸음 L 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) L 방향으로 왼엇걸어봉 얼굴내려치기.

- I) Move the left foot one step forward to the L direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Left crossed hands stick downward strike to the face to the L direction.



20

- I) 시계반대방향으로 왼발 뒤로 돌아 R 방향으로 한걸음 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 왼엇걸어봉 R 방향으로 다리옆치기.

- I) Move the left foot one step back anti clockwise in the R direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise left crossed hands stick side strike to the leg to the R direction.



21

- I) 오른발 앞으로 R 방향으로 한 걸음 나가 오른앞굽이.
- II) 오른엇걸어봉 R 방향으로 얼굴 내려치기.

- I) Move the right foot one step forward to the R direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Right crossed hands stick downward strike to the face in the R direction.



22

- I) 시계방향으로 오른발 뒤로 한걸음 L 방향으로 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 오른엇걸어봉 L 방향으로 얼굴옆치기.

- I) Move the right foot one step back clockwise in the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise right crossed hands stick side strike to the face to the L direction.



23

- I) 왼발 앞으로 L 방향으로 한걸음 나가 왼앞굽이.
- II) 왼엇걸어봉 L 방향으로 얼굴내려치기.

- I) Move the left foot one step forward to the L direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Left crossed hands stick downward strike to the face in the L direction.



24

- I) 시계반대방향으로 왼발 뒤로 돌아 R 방향으로 한걸음 나가 B 방향으로 주춤서기,
- II) R 방향으로 왼봉 몸통옆찌르기.

- I) Move the left foot one step back anti clockwise to the R direction, resulting in a horseback stance to the B direction.
- II) Left stick side thrust to the body to the R direction.



27

- I) 시계방향으로 왼발 F 방향으로 뒤로몸돌리기하며 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 오른봉 F 방향으로 900° 다리돌려치기.

- I) Move the left foot clockwise into a backward facing turn in the F direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise right stick 900° spinning strike to the leg in the F direction.



25

- I) 두발 제자리에서 시계방향으로 돌아 L 향으로 오른앞굽이.
- II) 오른봉 L 방향으로 얼굴앞찌르기.

- I) Turn both feet clockwise in the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Left stick forward thrust to the face to the L direction.



28

- I) 오른발 뒤로 B 방향으로 한걸음 물러나며 F 방향으로 주춤서기.
- II) F 방향으로 얼굴막기.

- I) Move the right foot one step back to the B direction, resulting in a horseback stance in the F direction.
- II) Face block in the F direction.



26

- I) 시계반대방향으로 오른발 왼쪽으로 돌기하며 B 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 왼봉 B 방향으로 450° 얼굴돌려치기.

- I) Move the right foot anti clockwise into a left turn in the B direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise left stick 450° spinning strike to the face to the B direction.



바로

- 왼발을 오른발에 옮겨 F 방향으로 모아서기하며 양손에 잡은봉을 몸통 양쪽 밧으로 내린다.

- Baro  
Move the left foot to the right foot, in a feet together stance in the F direction, the both hand hold the sticks on the both side of body.

조스 쌍봉술 5 형 사진으로만 보기  
 Cho's Ssangbongsul 5 Hyung Photos only



Charyot



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



13



14



15



16



17



18



19



20

